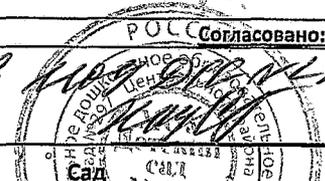


Утверждаю:	Дата 22.12 2025	Согласовано:
	Детский сад № 197 Центрального района Волгограда	



Утверждаю:	Дата	Согласовано:														
		Детский сад № 197 Центрального района Волгограда														
		Ясли						24 часа								
Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Пищевые вещества				Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>																
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (рисовой)	150					180					180					
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150					180					180					
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5					0					0					
БАТОН	45					0					0					
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	0					35/10					35/10					
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>10,4</b>	<b>8,5</b>	<b>46,8</b>	<b>307,7</b>	<b>405</b>	<b>9,9</b>	<b>14,1</b>	<b>48,1</b>	<b>368,6</b>	<b>405</b>	<b>9,9</b>	<b>14,1</b>	<b>48,1</b>	<b>368</b>	
<b>2 Завтрак</b>																
ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ	110					110					110					
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>110</b>	<b>0,7</b>	<b>0,5</b>	<b>31,9</b>	<b>137,0</b>	<b>110</b>	<b>0,7</b>	<b>0,5</b>	<b>31,9</b>	<b>137,0</b>	<b>110</b>	<b>0,7</b>	<b>0,5</b>	<b>31,9</b>	<b>137</b>	
<b>Обед</b>																
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (Томаты Соленые)	30					50					50					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА БУЛЬОНЕ	150					180					180					
МАКАРОНИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина)	150					150					150					
СОУС ТОМАТНЫЙ	0					30					30					
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150					180					180					
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20					50					50					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					30					30					
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>520</b>	<b>20,1</b>	<b>10,3</b>	<b>80,2</b>	<b>515,7</b>	<b>670</b>	<b>23,9</b>	<b>11,8</b>	<b>105,8</b>	<b>648,7</b>	<b>670</b>	<b>23,9</b>	<b>11,8</b>	<b>105,8</b>	<b>648</b>	
<b>Уплотненный полдник (ясли и сад) / полдник и ужин (24 часа)</b>																
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ)	30					50					50					
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	50/30					70/50					70/50					
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110					150					150					
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7					180/10/7					180/10/7					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					35					35					
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50					50					50					
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	0					0					200					
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>487</b>	<b>15</b>	<b>18</b>	<b>79,7</b>	<b>518,5</b>	<b>602</b>	<b>23,6</b>	<b>24,6</b>	<b>98,6</b>	<b>724,1</b>	<b>802</b>	<b>23,7</b>	<b>24,6</b>	<b>127,0</b>	<b>838,1</b>	
<b>2 Ужин</b>																
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (кефир)	0					0					180					
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>0</b>					<b>0</b>					<b>180</b>	<b>5,1</b>	<b>4,4</b>	<b>7,0</b>	<b>92,5</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>46,2</b>	<b>37,3</b>	<b>238,6</b>	<b>1 478,9</b>		<b>58,1</b>	<b>51,0</b>	<b>284,4</b>	<b>1 878,4</b>		<b>63,3</b>	<b>55,4</b>	<b>319,8</b>	<b>2 084,9</b>	